

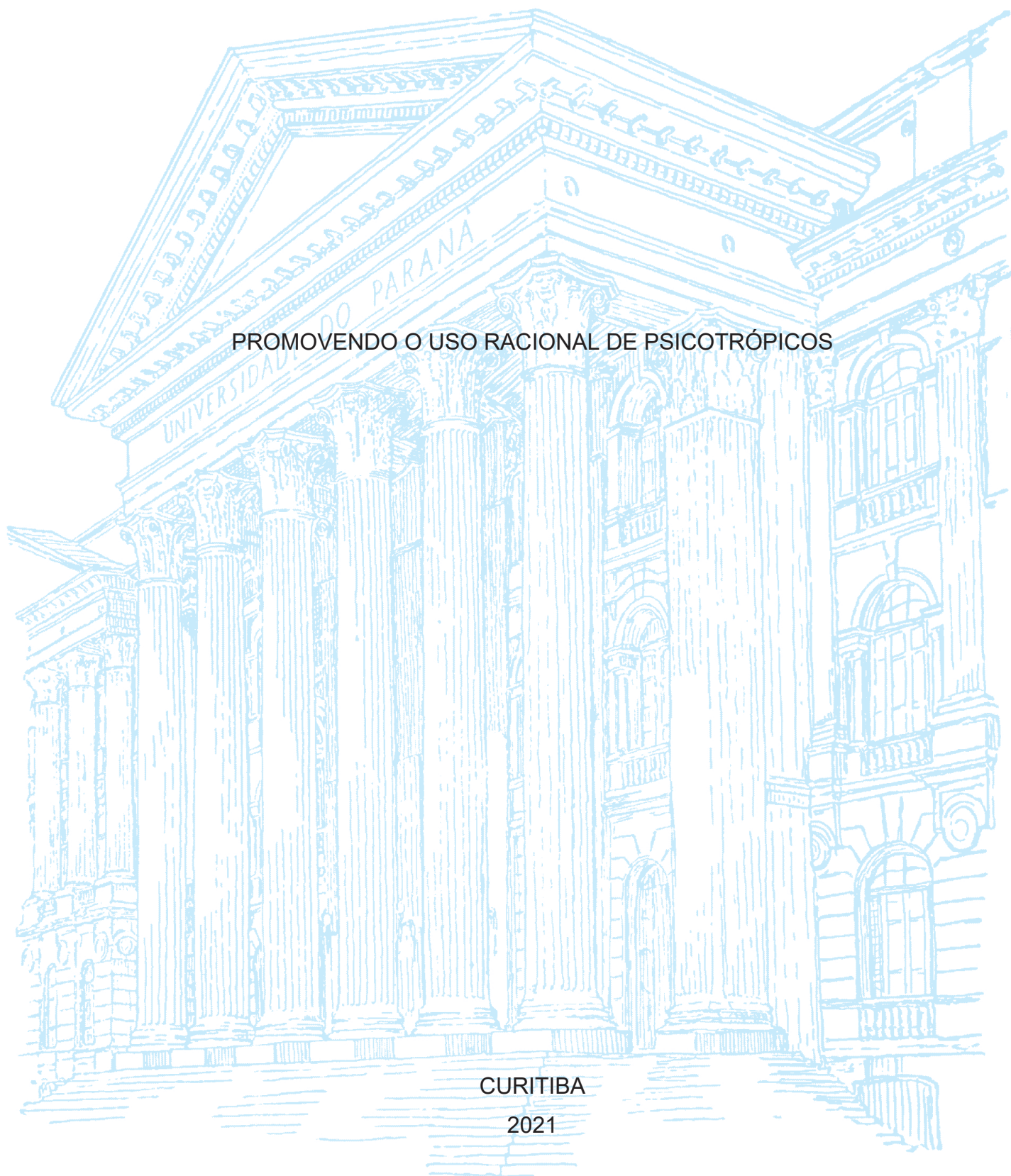
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

RAFAEL SOUZA ARITA

PROMOVENDO O USO RACIONAL DE PSICOTRÓPICOS

CURITIBA

2021



RAFAEL SOUZA ARITA

## PROMOVENDO O USO RACIONAL DE PSICOTRÓPICOS

TCC apresentado ao curso de Especialização em Atenção Básica, Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Atenção Básica.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dra. Sandra L. V. Ulinski

CURITIBA

2021

ficha catalográfica

## TERMO DE APROVAÇÃO

RAFAEL SOUZA ARITA

### PROMOVENDO O USO RACIONAL DE PSICOTRÓPICOS

TCC apresentado ao curso de Especialização em Atenção Básica, Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Atenção Básica.

---

Prof<sup>a</sup>. Dra. Sandra Lucia Vieira Ulinski

Orientadora - Departamento de Pós-Graduação Stricto Senso em  
Odontologia, UNOPAR

---

Prof(a). Dr(a)./Msc. \_\_\_\_\_

Departamento \_\_\_\_\_, INSTITUIÇÃO

---

Prof(a). Dr(a)./Msc. \_\_\_\_\_

Departamento \_\_\_\_\_, INSTITUIÇÃO

Cidade, 06 de março de 2021.

## **AGRADECIMENTOS**

Em primeiro lugar, agradeço a Deus, pois me permitiu de chegar até aqui, dando-me saúde, sabedoria e paciência, em tempos tão difíceis que estamos vivendo, devido a pandemia.

Agradeço a Prof.<sup>a</sup> Dra. Sandra Lucia Vieira Ulinski que me acompanhou durante todo o período de orientação, dando todo o auxílio e ensinamento necessário para a elaboração do projeto.

Agradeço a tutora Chayanne Federhen e aos professores do curso que através dos seus ensinamentos permitiram que eu pudesse hoje estar concluindo esse projeto.

Agradeço a toda minha equipe da Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira que esteve comigo durante todo o projeto, sempre me ajudando e apoiando.

No mais, concluo esse projeto, fazendo do meu trabalho o meu maior hobbie e parte indissociável daquilo que sou, sempre dando o meu melhor no dia-a-dia.

## RESUMO

O uso excessivo de psicotrópicos é uma queixa frequente relatada por profissionais de saúde da Estratégia Saúde da Família (ESF) de Nova Amoreira na cidade de Marilândia do Sul – PR e tem como principal consequência a farmacodependência. Esta dependência está relacionada a vários efeitos adversos a longo prazo e também à dependência psicológica. O objetivo do projeto de intervenção foi promover o uso adequado de medicações psicotrópicas aos pacientes da Unidade Básica de Saúde (UBS) de Nova Amoreira em Marilândia do Sul – PR. A pesquisa ação foi o método utilizado nesse plano, composta pelas seguintes etapas: diagnóstico situacional; identificação do problema; definição do tema, objetivos e justificativa; revisão de literatura; e planejamento das ações. Realizamos o registro dos pacientes em uso de psicotrópicos por meio da consulta aos prontuários e aplicação de uma ficha. Na sequência, foi reavaliado o tratamento dos pacientes em uso de psicotrópicos. Durante as consultas, foram demonstradas medidas alternativas/complementares ao uso de psicotrópicos. Para isso, elaborou-se um folder informativo contendo tais medidas, que foram entregues aos pacientes durante a consulta. Registrou-se 96 pacientes em uso de psicotrópicos num total de 324 pacientes, desses pacientes registrados foram reavaliados 37. Conseguimos um controle adequado dos usuários em uso de psicotrópicos, melhorando a organização do serviço e qualidade dos atendimentos prestados aos pacientes. Ao final da intervenção, foi possível promover o uso adequado de psicotrópicos em uma parte dos usuários da UBS de Nova Amoreira.

Palavras-chave: Psicotrópicos. Farmacodependência. Efeitos Adversos a Longo Prazo.

## **ABSTRACT**

The excessive use of psychotropic drugs is a frequent complaint reported by health professionals of the Family Health Strategy (ESF) of Nova Amoreira in the city of Marilândia do Sul - PR and has as main consequence drug dependence. This dependence is related to various long-term adverse effects and also to psychological dependence. The objective of the intervention project was to promote the appropriate use of psychotropic medications to patients of the Basic Health Unit (UBS) of Nova Amoreira in Marilândia do Sul - PR. The action research was the method used in this plan, composed of the following steps: situational diagnosis; identification of the problem; definition of the theme, objectives and justification; literature review; and planning of actions. We recorded patients using psychotropic drugs through consultation of medical records and application of a form. Next, the treatment of patients using psychotropic drugs was reevaluated. During the consultations, alternative/complementary measures were demonstrated to the use of psychotropic drugs. For this, an informative folder containing such measures was elaborated, which were delivered to patients during the consultation. We registered 96 patients using psychotropic drugs in a total of 324 patients, of which registered patients were reevaluated 37. We achieved adequate control of users using psychotropic drugs, improving the organization of the service and quality of care provided to patients. At the end of the intervention, it was possible to promote the appropriate use of psychotropic drugs in a part of the users of the UBS of Nova Amoreira.

**Keywords:** Psychotropic Drugs. Drug Dependence. Long Term Adverse Effects.

## **LISTA DE QUADROS**

QUADRO 1 - ELABORAÇÃO DA PROPOSTA.....	17
QUADRO 2 - DESCRIÇÃO DO PLANO DE INTERVENÇÃO .....	19



## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	9
1.1	DIAGNÓSTICO SITUACIONAL E PROBLEMA.....	9
1.2	JUSTIFICATIVA.....	10
1.3	OBJETIVO .....	11
1.3.1	Objetivo Geral.....	11
1.3.2	Objetivos Específicos .....	11
2	REVISÃO DE LITERATURA .....	12
2.1	ASPECTOS GERAIS.....	12
3	MÉTODO.....	15
4	RESULTADOS .....	20
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	23
	REFERÊNCIAS.....	25
	APÊNDICE A – FICHA SAÚDE MENTAL .....	28

## 1 INTRODUÇÃO

### 1.1 DIAGNÓSTICO SITUACIONAL E PROBLEMA

A Organização Mundial de Saúde (OMS) ressalta que os determinantes sociais da saúde estão relacionados às condições em que uma pessoa vive e trabalha, considerando também fatores sociais, econômicos, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde (FIOCRUZ, 2019).

Conhecer os determinantes envolvidos na comunidade onde atua é uma das responsabilidades da equipe de saúde da família (BRASIL, 2017). As duas unidades básicas de saúde que compõe a zona rural de Marilândia do Sul ficam no distrito de São José e Nova Amoreira. Segundo dados do DATASUS do censo 2000, a população da zona rural corresponde a 2549 habitantes, sendo 1357 sexo masculino, 1192 sexo feminino, 140 idosos, 281 crianças, 103 adolescentes e 668 adultos. portanto, temos uma população predominantemente adulta/idosa. Além disso, temos uma população com economia centrada na agricultura, prevalecendo as doenças crônicas, osteoarticulares e distúrbios mentais. Analisando as declarações de óbitos do ano de 2019 constatamos que as principais causas de mortalidade na comunidade foram doenças cardiovasculares, câncer, causas externas e pneumonia.

As queixas mais comuns que fizeram a população a procurar a unidade de saúde foram; odinofagia, lombalgia, cefaleia e hipertensão. Por se tratar de uma população adulta/idosa os principais problemas encontrados nesse grupo são: doenças cardiovasculares, doenças osteoarticulares, uso excessivo de psicotrópicos, tabagismo, etilismo e perda do seguimento do paciente.

Pensando no planejamento para propostas de resolução dos principais problemas encontrados na comunidade, foram utilizados para análise de priorização os critérios do método CENDES – OPAS que são: magnitude, transcendência, vulnerabilidade e custo do problema, acrescido do critério urgência do problema e governabilidade (TEIXEIRA, 2010).

Sendo assim, após análise feita pela equipe da ESF utilizando os critérios acima, chegamos à conclusão de que o problema prioritário é o uso excessivo de psicotrópicos.

## 1.2 JUSTIFICATIVA

O uso excessivo de psicotrópicos é uma queixa frequente relatada por profissionais de saúde da ESF de Nova Amoreira na cidade de Marilândia do Sul – PR. Não há um controle com registro dos pacientes que fazem uso dessas medicações, o que dificulta a renovação dessas medicações e acompanhamento clínico do paciente, gerando prejuízo ao paciente e dificultando a atuação dos profissionais de saúde. Além disso, o fato de não haver registro também dificulta a análise do perfil desse grupo para uma abordagem mais específica de outras causas do problema.

Entre os pacientes, é muito comum o uso de psicotrópicos por conta própria, ou por indicação de terceiros, geralmente um familiar que já faz o uso do remédio, muitas vezes por falta de informação e orientação do prejuízo que essa ação pode acarretar no seu bem-estar.

O uso excessivo dos psicotrópicos tem como principal consequência a fármaco-dependência. A longo prazo, está relacionado a vários efeitos adversos, incluindo sedação, amnésia, deterioração cognitiva e ataxia, além de estar associado com um maior número de quedas entre idosos. Em alguns casos, os pacientes não relatam os efeitos colaterais, ou são relutantes em arriscar sofrer sem o medicamento. Muitas vezes o uso do psicotrópico é utilizado para camuflar e fugir dos sofrimentos naturais do ser humano, das mudanças que o corpo sofre com o tempo (NUNES ET AL, 2019; RODRIGUES ET AL, 2020).

Ainda, o uso prolongado traz a dependência psicológica nos usuários crônicos de psicotrópicos e dificulta aos médicos implementar protocolos para reduzir o seu uso (ALVIM ET AL, 2017). Nesse sentido, torna-se fundamental criar estratégias para reduzir esse uso abusivo de psicotrópicos, já que impacta negativamente a comunidade de Nova Amoreira.

### 1.3 OBJETIVO

#### 1.3.1 Objetivo Geral

Promover o uso adequado de medicações psicotrópicas aos pacientes da Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira na cidade de Marilândia do Sul – PR.

#### 1.3.2 Objetivos Específicos

- Realizar registro e controle dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira
- Reavaliar o tratamento de 30% dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira.
- Mostrar aos pacientes medidas alternativas ao uso de psicotrópicos na Unidade Básica de Nova Amoreira.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 Aspectos Gerais

Psicotrópicos são fármacos que exercem influência no sistema nervoso central (SNS), como drogas de ação antidepressiva, alucinógena ou tranquilizante (ansiolítico e antipsicóticos), podendo alterar funções psíquicas. Portanto, são medicamentos que interferem diretamente na vida pessoal, saúde e bem estar dos indivíduos que utilizam essas medicações (ABI-ACKEL et al.,2019)

Em seu Plano de Ação Integral em Saúde Mental 2013-2020, a OMS (2013) afirma que uma em cada dez pessoas em todo mundo sofre algum transtorno de saúde mental. Estima-se que no período de 2013-2020 cerca de 90 milhões apresentarão algum transtorno devido ao abuso ou vício em drogas psicotrópicas.

O uso excessivo de psicotrópicos na atualidade encontra-se associado a vários fatores como: prescrição excessiva das medicações, renovação automática de receitas sem presença do paciente, incentivos da indústria farmacêuticas, aspectos culturais (busca-se incessantemente a felicidade e o prazer, bem como a cobrança por um sujeito produtivo), o imediatismo do efeito que os medicamentos fazem. (GUERRA, 2013)

Algumas situações necessitam de maior atenção devido a possibilidade de desenvolver dependência medicamentosa: o uso inadequado dos psicotrópicos por idosos e demais faixas etárias, poliusuário de fármacos, tentativa de alívio do estresse, distúrbios do sono e doenças psiquiátricas. (WANDERLEY, 2013)

Uma revisão integrativa da literatura sobre o uso abusivo de psicotrópicos pela demanda da estratégia saúde da família evidenciou uma prevalência de abuso entre indivíduos do sexo feminino com idade entre 30 e 60 anos, o abuso de psicotrópicos aumenta com o avanço da idade, sendo que a maioria não são portadores de transtorno mental, portanto não precisam utilizar esses medicamentos. Os medicamentos mais utilizados são os antidepressivos e os benzodiazepínicos. (MOURA, 2016)

Um estudo recente estimou uma prevalência de 8,7% na utilização de psicotrópicos entre adultos e idosos no Brasil. Identificou-se uma maior prevalência entre indivíduos com 60 anos ou mais (16,1%) e maior entre as mulheres (maior que

48%), sendo os antidepressivos os mais utilizados correspondendo a 52,6% (RODRIGUES, 2020).

Um estudo realizado em um município no interior de São Paulo investigou a prevalência de uso de psicotrópicos e fatores associados na atenção primária à saúde, foi encontrando uma prevalência de 25,8%, sendo mais prevalente em usuários acima de 60 anos (41,6%). A classe mais prescrita foi a dos antidepressivos (73%), seguido pelos benzodiazepínicos (46,8%). Dentre os antidepressivos, fluoxetina foi o mais prevalente (53,1%), seguido de amitriptilina (28,4%) e escitalopram (22,2%), diazepam e clonazepam foram os mais prevalentes entre os benzodiazepínicos. A prevalência de transtornos mentais comuns foi de 41,4%, portanto, temos uma associação entre psicofármacos e transtornos mentais comuns, sendo que entre as pessoas negativas para transtornos mentais comuns 15,1% usavam psicofármacos (BORGES, 2015).

A maior parte dos usuários do SUS são tratados nos serviços de Atenção Primária à Saúde, que estão articulados com os centros de atenção psicossocial (CAPS). Assim, os CAPS apóiam as equipes da ESF para obter resultados mais efetivos no cuidado aos pacientes com transtornos mentais e seus familiares dentro do território (GUERRA, 2013).

Segundo os critérios estabelecidos pelo Consenso Brasileiro sobre Medicamentos Potencialmente Inadequados para idosos (OLIVEIRA, 2016), os benzodiazepínicos devem ser evitados, devido ao aumento do risco de alterações cognitivas, quedas, fraturas e acidentes automobilísticos.

Uma revisão sistemática mostrou que as intervenções não farmacológicas em pacientes com transtornos mentais comuns são estratégias de baixo custo e de fácil implementação (Chaves SCS, Nobrega MPSS, Silva TS, 2019).

Dentre as intervenções não farmacológicas podemos destacar a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) e Terapia de Resolução de Problemas (TRP). A Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) é uma psicoterapia que auxilia os pacientes a superar seus problemas, identificando e estimulando pensamentos, comportamentos e reações emocionais, de forma que o paciente consiga ter controle sobre pensamentos e comportamento negativos, já a Terapia de Resolução de Problemas é focado na troca de experiências em grupo, soluções de problemas são descobertos a partir da partilha de vivências pessoais em grupo. Estudos

revelam que a TCC é mais eficaz que a TRP, em relação ao tratamento da ansiedade, depressão e estresse (Brandtner M, Serralta FB, 2016).

### 3 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa-ação. A pesquisa ação é um tipo de pesquisa social empírica realizada em associação com uma ação ou resolução de um problema coletivo, na qual pesquisadores e participantes estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo. (Thiollent, 1986, p.14). Os pesquisadores desempenham um papel ativo no equacionamento dos problemas encontrados, no acompanhamento e na avaliação das ações desencadeadas em função dos problemas: (Thiollent, 1986, p.15).

Portanto, é uma pesquisa que visa conscientizar os participantes sobre a realidade, identificar dificuldades e solucionar problemas por meio da ação.

Essa pesquisa - ação é composta pelas seguintes etapas:

- **1º etapa / exploratória:** Essa fase consistiu na realização do diagnóstico situacional, descrito na introdução do plano. Foi realizada consulta no DATASUS do Censo 2000 para coleta dos dados populacionais como número de pessoas, idade, localização, sexo). Além disso, foi realizado roda de conversa com a equipe ESF, de modo que cada membro da equipe pudesse expor os principais problemas encontrados na comunidade, de acordo com a vivência de cada um na UBS.
- **2º etapa / tema da pesquisa:** Foi designado um problema com base nos interesses da equipe da ESF e da comunidade, sendo descrito na introdução do plano de intervenção. Pelo diagnóstico situacional constatamos que a população em estudo é majoritariamente adulto/idosa, sendo encontrado como principais problemas as doenças cardiovasculares, doenças osteoarticulares, uso excessivo de psicotrópicos, tabagismo, etilismo e perda do seguimento do paciente. A escolha do problema priorizado (uso excessivo de psicotrópicos) foi feito por meio da utilização dos critérios do método CENDES – OPAS que são magnitude, transcendência, vulnerabilidade e custo do problema, acrescido do critério urgência do problema e governabilidade.



- **3º etapa / colocação do problema:** Foi definido o tema, objetivo e justificativa do plano de intervenção, já descrito na introdução do plano de intervenção.
- **4º etapa / lugar da teoria:** Foi realizada a revisão da literatura sobre o tema escolhido.
- **5º etapa / elaboração da proposta:** Após a definição do problema (uso excessivo de psicotrópicos), foram planejadas três ações:

**1º ação:** Realizar registro dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira.

**2º ação:** Reavaliar o tratamento de 30% dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira.

**3º ação:** Mostrar aos pacientes medidas alternativas ao uso de psicotrópicos na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira.

O Quadro 1 apresenta o detalhamento da elaboração da proposta definindo as ações, indicadores e parâmetros que serão utilizados na intervenção.

QUADRO 1 - ELABORAÇÃO DA PROPOSTA

Problema priorizado	Uso excessivo de psicotrópicos				
Ações	Indicadores	Parâmetros	Finalidade	Momento da Realização	Natureza
<b>1ª Realizar registro dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira</b>	Porcentagem dos pacientes registrados em 2 meses	Ruim < 25% Regular: entre 25% e 50% Bom: entre 50% e 75% Ótimo > 75%	Conhecimento	Ex-Post	Normativa
<b>2ª Reavaliar o tratamento de 30% dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas na Unidade Básica de Saúde de Nova Amoreira.</b>	Porcentagem dos pacientes reavaliados em 2 meses	Ruim < 10% Regular: entre 10% e 20% Bom: 20% e 30% Ótimo > 30%	Gerência	Ex-Post	Normativa
<b>3º Mostrar aos pacientes medidas alternativas ao uso de psicotrópicos na Unidade Básica de Nova Amoreira.</b>	Porcentagem dos pacientes reavaliados em 2 meses	Ruim < 25% Regular: entre 25% e 50% Bom: entre 50% e 75% Ótimo > 75%	Gerência	Ex-Post	Normativa

O plano de intervenção apresenta três etapas:

- **1º etapa:** Realizar o registro dos pacientes que fazem uso de psicotrópicos na unidade básica de saúde de Nova Amoreira: Será realizado, por agente comunitário de saúde, médico generalista, técnico de enfermagem e enfermeira, a aplicação de uma ficha para coleta de dados do paciente (identificação, sexo, idade, remédio, posologia, tempo de uso), acompanhamento, outras comorbidades. Essa ficha será aplicada na unidade básica de saúde pela equipe ESF

ou nas visitas domiciliares pelos ACS a todos os usuários de psicotrópicos.

- **2º etapa:** Reavaliar o tratamento dos pacientes em uso de psicotrópicos: Será realizado pelo médico generalista a abordagem individual de cada paciente em uso de psicotrópicos, sendo realizado anamnese e exame físico na Unidade Básica de Saúde.
- **3º etapa:** Mostrar aos pacientes medidas alternativas ao uso de psicotrópicos: Realizado por médico generalista em abordagem individual a todos os pacientes em uso de psicotrópicos ou que apresente algum transtorno mental leve sem uso prévio de medicações, sendo feito através da orientação da importância da atividade física (caminhada, prática de esporte, yoga entre outros), dieta balanceada e acompanhamento com psicólogo.

A execução do plano de intervenção inicia em novembro e termina no final de dezembro, ou seja, uma duração de 2 meses.

O Quadro 2 contém a descrição do plano de intervenção (objetivo, estratégia, duração, envolvidos, população alvo/amostra, data) e indicação dos recursos educacionais utilizados.

QUADRO 2 - DESCRIÇÃO DO PLANO DE INTERVENÇÃO

Objetivo	Estratégia	Duração	Envolvidos	População alvo/amostra	Data	Recursos Educacionais utilizados	Locais de divulgação dos recursos educacionais
Realizar o registro dos pacientes que fazem uso de psicotrópicos na unidade básica de saúde de Nova Amoreira.	Aplicação de ficha para coleta de dados dos usuários.	2 meses	Agente comunitário de saúde e Médico Generalista, técnico de enfermagem e enfermeira	Usuário que usa psicotrópicos	Início de novembro - término final de dezembro		Unidade Básica de Saúde
Reavaliar o tratamento de 30% dos pacientes que fazem uso de medicações psicotrópicas	Abordagem individual dos usuários em consulta médica.	2 meses	Médico Generalista.	Usuário que usa psicotrópicos	Início de novembro - término final de dezembro	Banner informativo	Unidade Básica de Saúde
Mostrar aos pacientes medidas alternativas ao uso de psicotrópicos	Orientar a importância de atividade física (caminhada, prática de esporte, yoga entre outros) + dieta balanceada + acompanhamento com psicólogo	2 meses	Médico Generalistas	Todos os pacientes em uso de psicotrópicos ou que apresentem um transtorno mental leve sem uso prévio de medicações.	Início de novembro - término final de dezembro	Banner informativo	Unidade Básica de Saúde

## 4 RESULTADOS

As ações do plano de intervenção iniciaram no dia 01 de novembro de 2020 e terminaram no dia 31 de dezembro de 2020. Foram realizadas dentro da Unidade Básica de Saúde (UBS) durante os atendimentos dos pacientes, e fora da UBS durante as visitas domiciliares pelas ACS, de segunda a quinta-feira entre 9:00 – 16:00 horas. Tanto a primeira etapa do plano de intervenção, como a 2º e 3º etapa ocorreram concomitantemente, sendo analisados apenas pacientes acima de 18 anos, em uso ou não de psicotrópicos, que procuraram a unidade básica de saúde pelo menos uma única vez nos últimos dois anos. Durante as ações do plano de intervenção seguimos todas as normas sanitárias vigentes, sobre a Pandemia COVID-19.

Na 1º etapa do plano de intervenção foi realizado o registro dos pacientes acima de 18 anos de idade que fazem uso de medicações psicotrópicas. Os dados foram registrados pelo médico generalista, enfermeira, técnico de enfermagem e dois agentes comunitário de saúde. O registro foi feito pela consulta dos prontuários dos pacientes e durante o atendimento médico dos mesmos, sendo registrado numa ficha (apêndice A) contendo: nome, idade, psicotrópicos em uso (posologia, tempo de uso, indicação, tem acompanhamento médico' bem acima da prevalência de 8,7% do estudo recente realizado no Brasil (RODRIGUES et al, 2020). Em nosso estudo constatamos uma prevalência de uso de psicotrópicos no sexo feminino de 70,8%. Vários estudos também apontam um consumo maior de psicotrópicos no sexo feminino. (CARRASCO, 2016; NUNES et AL, 2019; PRADO,2017; RODRIGUES et al, 2020).

Na 2º etapa do plano de intervenção foi reavaliado o tratamento dos pacientes em uso de psicotrópicos. Nessa etapa todos os pacientes que procuravam a Ubs para renovação de receita passaram por consulta médica. A enfermeira foi responsável pela realização da triagem do paciente (queixas, aferição da pressão arterial, medida de frequência cardíaca e saturação de oxigênio). Sendo o médico responsável pela reavaliação, realizando anamnese, exame físico e conduta. Foram reavaliados 36,17% (37) dos pacientes em uso de psicotrópicos registrados na ficha, desses 32,43% dos pacientes não estavam fazendo o acompanhamento adequado, maioria em uso crônico da medicação, com renovação de receita realizada por vários médicos.

Nessa 3ª etapa do plano de intervenção foi demonstrado medidas complementares/alternativas ao uso de psicotrópicos. Além dos pacientes que já fazem o uso de algum psicotrópico, foram abordados pacientes que não fazem uso de psicotrópicos e que procuram a unidade com as seguintes queixas: nervosismo, inquietude, desânimo, estresse, insônia, tristeza, entre outros.

Durante a consulta foi enfatizada a importância da mudança do estilo de vida que melhoram o bem estar geral, reduzindo sintomas depressivos e ansiosos. Foi elaborado um folder (Figura 1) informativo que foi entregue aos pacientes durante a consulta, esse folder apresenta algumas orientações de mudança benéficas a ser realizado no dia-a-dia como: realizar uma alimentação saudável, realizar atividades físicas, criar um plano de rotina diário, ter um sono reparador, ter um tempo para relaxar. Além disso, orientamos a importância do seguimento por parte do paciente durante todo o tratamento, bem como o perigo da automedicação.

Figura 1 — Folder elaborado para a intervenção.



Fonte: Autor, 2020.

Por meio do registro dos pacientes em uso de psicotrópicos conseguimos um controle do uso da medicação pelos pacientes, desse modo, facilitando o acompanhamento clínico do paciente, melhorando a organização do serviço e a qualidade dos atendimentos prestados aos pacientes. Além disso, conseguimos determinar uma prevalência do uso de psicotrópicos no sexo feminino de 70,8%, o que demonstra necessidade de realização de estudos futuros para determinar a causa dessa prevalência tão alta e intervenções que possam melhorar esse indicador.

Uma mudança que tem favorecido o acompanhamento dos pacientes foi o cancelamento da renovação de receitas de psicotrópicos sem a presença do paciente, como isso o paciente tem percebido a importância do acompanhamento durante o uso da medicação.

Durante a consulta os pacientes demonstraram interesse nas medidas complementares/alternativas ao uso de psicotrópicos, muitos se comprometeram a tentar implementar tais medidas, e aos poucos estamos mudando essa cultura da medicalização.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O principal objetivo dessa intervenção, que era promover o uso racional de psicotrópicos foi alcançado. Foram registrados todos os pacientes da Ubs que fazem uso de alguma medicação psicotrópica. Além disso, reavaliamos 36% desses pacientes, entregamos um folder informativo durante a consulta para enfatizar de forma didática a importância da mudança do estilo de vida, ou seja, do tratamento não medicamentoso para reduzir a ansiedade, estresse e tristeza excessiva do dia-a-dia.

Os prontuários da Ubs de Nova Amoreira são físicos, o que dificultou a realização do registro que foi toda manual. Além disso, estamos em meio a uma pandemia, portanto, muitos pacientes evitaram de ir ao posto de saúde devido ao medo do contágio. O isolamento em casa acaba piorando sinais e sintomas como tristeza, ansiedade e estresse, reduzindo assim o leque de opções das medidas complementares e alternativas ao uso de psicotrópicos, favorecendo também o aparecimento de transtornos mentais.

Essa intervenção permitiu o controle adequado dos pacientes que usam psicotrópicos, facilitando o trabalho da equipe na triagem do paciente, bem como, o uso correto do remédio pelo paciente. Durante o estudo notou-se um certo receio dos pacientes em relação ao desmame das medicações, sendo necessário intervenções futuras alternativas para solucionar o problema. Além disso, observamos que grande parte dos pacientes em uso de psicotrópicos são do sexo feminino, sendo necessário uma abordagem específica para esse grupo.

A participação no planejamento de intervenção permitiu uma maior aproximação com os usuários da comunidade, conhecemos melhor a realidade da população. A partir disso, produzimos novos conhecimentos e aprendizados para melhorar a qualidade do serviço ofertados aos pacientes. Esse projeto deixa um legado, que é o aprendizado para a realização de novos projetos de intervenções de outros problemas encontrados na comunidade.





## REFERÊNCIAS

ALVIM, Mariana Macedo et al. Prevalência e fatores associados ao uso de benzodiazepínicos em idosos da comunidade. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, v. 20, n. 4, p. 463-473, ago. 2017. Disponível em: < [Prevalência e fatores associados ao uso de benzodiazepínicos em idosos da comunidade \(scielo.br\)](#) > Acesso em: 29 de jan. 2021.

ABI-ACKEL, M. M. et al. Uso de psicofármacos entre idosos residentes em comunidade: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 20, n. 1, p 57-69, mar. 2017. Disponível em: < [SciELO - Saúde Pública - Uso de psicofármacos entre idosos residentes em comunidade: prevalência e fatores associados](#) [Uso de psicofármacos entre idosos residentes em comunidade: prevalência e fatores associados \(scielosp.org\)](#) > Acesso em: 29 jan. 2021.

Brasil. Portaria/MS nº 2.436. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do SUS. *Diário Oficial da União* 2017; 10 jun.

Brandtner M, Serralta FB. Terapia Cognitivo-Comportamental para compras compulsivas: um estudo de caso sistemático. *Psicol. teor. Pesqui.* 2016. Disponível em: < [\(PDF\) Terapia Cognitivo-Comportamental para Compras Compulsivas: Um Estudo de Caso Sistemático \(researchgate.net\)](#)> Acesso em: 22 dez. 2020.

BORGES, Tatiana Longo et al. Prevalência do uso de psicotrópicos e fatores associados na atenção primária à saúde. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 28, n. 4, p. 344-349, ago. 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-21002015000400009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002015000400009&lng=en&nrm=iso)> Acesso em: 13 dez. 2020.

Carrasco-Garrido P, Hernández-Barrera V, Jiménez-Trujillo I, Esteban-Hernández J, Álvaro-Meca A, López-de Andrés A, DelBarrio-Fernández JL, Jiménez-García R. Time trend in psychotropic medication use in Spain: a nationwide population-based study. **Int J Environ Res Public Health**, v.13, n.12, p.1177, 2016.

Chaves SCS, Nobrega MPSS, Silva TS. Intervenções não farmacológicas ofertadas ao usuário com transtorno mental comum na atenção primária à saúde. **J. nurs. Health**, v.9, n.3, p.e199302, 2019. Disponível em: < [9.pdf \(bvsalud.org\)](#) > Acesso em: 22 dez. 2020.

Determinantes sociais. Pensesus.fiocruz, 2019. Disponível em: < <https://pensesus.fiocruz.br/determinantes-sociais> >. Acesso em: 12 nov. 2019.

Guerra CCM, Ferreira F, Dias M, Cordeiro A. Perfil epidemiológico e prevalência do uso de psicofármacos em uma unidade referência para saúde mental. **Rev Enferm**

UFPE On Line. 2013, v.7, n.6, p. 444-451. Disponível em: <<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/3437>> Acesso em: 13 dez. 2020.

MOURA, Dean Carlos Nascimento de; PINTO, José Reginaldo; MARTINS, Pollyanna; PEDROSA, Kamyla de Arruda; CARNEIRO, Maria das Graças Dias. USO ABUSIVO DE PSICOTRÓPICOS PELA DEMANDA DA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA. **SANARE – Revista de Políticas Públicas**, v.15, n.2 Sobral-CE, 2016. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1048/594>. Acesso em: 12 jan. 2021.

NUNES, Jonatha Rospide; DA COSTA, João Luiz Romanholo; MOROMIZATO, Lucas Oliveira. Análise do uso de psicotrópicos na Atenção Primária À Saúde por uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 12, p. 96711-96722, 2020. Disponível em: < [Análise do uso de psicotrópicos na Atenção Primária À Saúde por uma revisão integrativa / Analysis of the use of psychotropics in Primary Health Care by an integrative review | Nunes | Brazilian Journal of Development \(brazilianjournals.com\)](https://www.brazilianjournals.com.br/article/view/1048/594)>. Acesso em: 29 jan. 2021.

Organização Mundial da Saúde. **Plano de Ação em Saúde Mental 2013-2020**. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2013. Disponível em: <[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506029\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506029_spa.pdf)> Acesso em: 13 dez. 2020.

Oliveira MG, Amorim WW, Oliveira CRB, Coqueiro HL, Gusmão LC, Passos LC. Consenso brasileiro de medicamentos potencialmente inapropriados para idosos. **Geriatr Gerontol Aging**, v. 10, n. 04, p. 168-181, 2016.

Prado MAMB, Francisco PMSB, Barros MBA. Uso de medicamentos psicotrópicos em adultos e idosos residentes em Campinas, São Paulo: um estudo transversal de base populacional. **Epidemiol Serviços Saúde**, v.26, n.4, p.747-758, 2017.

RODRIGUES, Patrícia Silveira et al. Uso e fontes de obtenção de psicotrópicos em adultos e idosos brasileiros. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 4601-4614, nov. 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232020001104601&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020001104601&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 11 jan. 2021.

TEIXEIRA, C. F. (org.). **Planejamento em saúde: conceitos, métodos e experiências**. Salvador: EDUFBA, 2010, p. 161.

Thiollent M. **Metodologia da pesquisa-ação**. 2a ed. São Paulo: Cortez; 1986. p. 14-15

Wanderley TC, Cavalcanti AL, Santos S. Práticas de saúde na atenção primária e uso de psicotrópicos: uma revisão sistemática da literatura. **Rev Ciênc Méd Biol**. 2013, v.12, n.1, p.121-126. Disponível em: <<http://www.portalseer.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/6774>> Acesso em 13 dez. 2020.



**APÊNDICE A – Ficha saúde mental**

NOME	IDADE	SEXO	PSICOTRÓPICO/POSOLOGIA/TEMPO	ACOMPANHAMENTO	INDICAÇÃO

Figura 1 — Frente da ficha

PSICOTRÓPICOS	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA	DATA

Figura 1 — Verso da ficha